

**EXKLUSIV**  
beim ZfU

# Die Kraft des Denkens: Die 8 Schätze der Shaolin

2-tägiges Bewusstseins- und Energietraining mit Shi Yan Bao

# Die 8 Schätze der Shaolin

Die Shaolin Mönche aus dem weltbekannten Shaolin Kloster in China zeichnen sich durch ihre einzigartigen Fähigkeiten im Shaolin Kung Fu aus. Shaolin Kung Fu ist nicht nur Kampfkunst, sondern vielmehr eine Lebens- und Verhaltensweise, die in allen beruflichen und persönlichen Bereichen angewandt werden kann.

Die Erkenntnisse dieser 1'500 Jahre alten Tradition zeigen mit ihren Techniken und Methoden, welche Energien im Menschen stecken.

**Buchen Sie dieses Seminar  
massgeschneidert und firmenintern!**

Am Seminar lernen Sie:

- neue Mental- und Körpertechniken kennen, um ungenutzte Kraftquellen zu aktivieren.
- Ihr Selbstvertrauen zu stärken, damit Sie Stress- und Konfliktsituationen gelassener begegnen können.
- Ihr eigenes Denken zu beherrschen und innere Ruhe und Gelassenheit zu kultivieren.
- Konzentration, Aufnahmefähigkeit, Belastbarkeit und Urteilsvermögen zu erhöhen, um Ihre persönlichen Ziele besser und schneller zu erreichen.
- Ihre mentale Kraft zu steigern, damit Sie Ihre Gesundheit und Vitalität fördern können.

Weitere Informationen zur Veranstaltung

 [www.zfu.ch/go/sha](http://www.zfu.ch/go/sha)

## Ralph J. Wilms, Seminarleiter

Experte für Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstseins-, Selbst-, Stress- und Beziehungsmanagement; Studium in Soziologie & Psychologie. Mit seiner Zusatzausbildung als Investmentbanker ist Ralph Wilms seit 1988 Unternehmensberater für internationale Firmen. Trainings- und Beratungsschwerpunkte: Coaching und Persönlichkeitsentwicklung, angewandte Psychologie, Stress- & Beziehungsmanagement und Bewusstseinsentwicklung. Ralph Wilms verfügt über 25 Jahre Erfahrung in der Anwendung westlicher und fernöstlicher Meditations- und Konzentrationstechniken aus unterschiedlichsten Traditionen (Transpersonale Psychologie, Buddhismus, Taoismus, Zen, Yoga) und lehrt deren Anwendung für den privaten und beruflichen Alltag.

## Shi Yan Bao, Shaolin Meister

Experte für Bewusstseins- und Energiemanagement der Shaolin; Er lebte 25 Jahre als Mönch der 34. Generation des Shaolin Klosters in China. Er beherrscht u.a. Shaolin Kung Fu, die Shaolin Faust- und Waffenformen, den Freikampf und hartes Qi Gong. Shi Yan Bao war Kung Fu Trainer der Shaolin-Mönche im Kloster und gehört zu den besten Kung Fu Kämpfern der Welt. Er ist seit Juni 2001 in Deutschland und exklusiv für das ZFU als Lehrer und Trainer für Führungskräfte und Leistungssportler tätig. Seine Arbeitsgebiete sind Motivations-, Energie- und Bewusstseinstaining.

# Seminarinhalt

## Geistige Klarheit

- Negative Gefühle und Ängste managen
- Befreiung von Abhängigkeiten • Bewusstes Abschalten • Mentale Techniken der Shaolin Tradition

## Emotionale Souveränität

- Eigene Dogmen erkennen • Vorurteile oder Intuition? • Umgang mit Glaubenssystemen • Der Einfluss anderer Meinungen • Schutz vor negativem Fremdverhalten

## Fokussiertes Denken

- Wie Sie die Art Ihres Denkens erkennen und beherrschen • Gedankenhygiene: Mit der Zeit nimmt die Seele die Farbe der Gedanken an

## Persönliche Vision

- Gelassenheit in jeder Lebenssituation
- Offenheit gegenüber neuen Eindrücken
- Persönliche Ziele erreichen • Bedeutsamkeit, Machbarkeit, Verständnis • Selbststeuerung und Verantwortung • Kontrolle von Stress und Hektik

## Präsenz im «Hier und Jetzt»

- Konzentration auf den Augenblick • Das Wesentliche immer im Auge behalten • Der Gesprächspartner im Mittelpunkt • Fokussiertes Denken • Die Kunst des Weglassens

## Flexibilität und Achtsamkeit

- Intensivierung des Bewusstseins • Bewusste Wahrnehmung • Bewusstes Zuhören und Handeln • Grössere mentale Offenheit entwickeln

## Lebens- und Energiepotenziale

- Energiepotenziale und ihre Wirkung
- Energie zum Fliessen bringen • Blockaden erkennen und lösen

## Innere Ruhe und innere Zufriedenheit

- Bewusst abschalten, den Kopf frei bekommen • Ruhe und Kraft für die eigene Vision • Innere Gelassenheit • Entspannung und Kontemplation • Weniger tun und mehr erreichen • Rückkehr zum natürlichen Gleichgewicht zwischen Körper und Geist

« Für mich die beste Weiterbildung seit Jahren. Ich konnte tief in mein Inneres schauen. »

Martin Renner, Marketingleiter  
Repower AG

Jetzt anmelden



**Die Kraft des Denkens:  
Die 8 Schätze der Shaolin**

Preis: CHF 2980.-

Der Preis in Euro wird zum gültigen Monatsmittelkurs des Anmelde datums verrechnet.

**21.-23. Februar 2018**

Panorama Resort & Spa\*\*\*\*, Feusisberg

[www.panoramaresort.ch](http://www.panoramaresort.ch)

Einzelzimmerpreise:

Seesicht CHF 240.- / Bergsicht CHF 196.-

**06.-08. Juni 2018**

Gut Sonnenhausen, Glonn bei München

[www.sonnenhausen.de](http://www.sonnenhausen.de)

Einzelzimmerpreise: auf Anfrage

**26.-28. September 2018**

**21.-23. November 2018**

Panorama Resort & Spa\*\*\*\*, Feusisberg

[www.panoramaresort.ch](http://www.panoramaresort.ch)

Einzelzimmerpreise:

Seesicht CHF 240.- / Bergsicht CHF 196.-

**Ich möchte ein Hotelzimmer reservieren.**

Einzelzimmer  Doppelzimmer

Seesicht  Bergsicht (Panorama Resort)

Ich benötige kein Hotelzimmer.

Datum Anreise

Datum Abreise

**Arbeitszeiten:**

**Vorabend:** 18:30–20:30 Uhr (anschliessend Abendessen)

**Tag 1** 7:00–18:00 Uhr | **Tag 2** 7:00–17:00 Uhr

**Kontakt Daten**

Herr

Frau

Name

Vorname

Mail

Tel

Heimplatz

Firmenplatz

Firma

Funktion/Abteilung

Strasse

PLZ/Ort

**Beratung**

Alexander Kraus, Leiter Leadership Academy

T: +41 44 722 85 71, [alexander.kraus@zfu.ch](mailto:alexander.kraus@zfu.ch)



**Kontakt für organisatorische Fragen und Anmeldung**

Customer Care Center T: +41 44 722 85 00,

[anmeldung@zfu.ch](mailto:anmeldung@zfu.ch), [anfragen@zfu.ch](mailto:anfragen@zfu.ch)

**via Internet:** [www.zfu.ch/go/sha](http://www.zfu.ch/go/sha)

**ZFU-AGBs unter [www.zfu.ch/informationen/agb](http://www.zfu.ch/informationen/agb)**

Ab dem 2. Teilnehmer derselben Firma 10% Rabatt